

oyako

健康アップ

元気いっぱいのお子さんと、体を動かして
体幹を鍛えながら、親子で遊びましょう。
0歳～3歳までに大切な運動の基礎を、体を
動かして体験してみませんか？
運動が苦手な方も、楽しく気軽に参加できる
内容ですので、ご安心ください。



<10月の親子講座>

☆10月3日(月) 9:30～
5組

ママのリフレッシュ
Time

いつも子育てに忙しいママたちの
ために、楽しいひとときを提供します。
子育てが「孤育て」にならないよう、
お子さんと歌ったり遊んだりした
後は、少しだけお子さんと離れてママだけの時間を過ごしましょう。
ママがさみしくならないように、ほんの少しだけ・・・の特別な時間を。

☆10月31日(月) 9:30～ 5組

毎日の育児で疲れた体をほぐし、
リフレッシュしましょう。
心も体もリラックスできますよ。

今月は・・・

ヨガ を計画中です

どの講座も初回参加時のみ登録料350円がかかります。オリジナル子育て手帳をプレゼントさせていただき、すべての親子教室に参加できます。毎月、ホームページをご確認の上、是非ご参加ください。

3 すべての人に
健康と福祉を

11 住み続けられる
まちづくりを

14日(金) 0歳児親子教室、

水戸市渋井町247-5

21日(金) 1歳児親子教室も案内中!

029-303-6086

～お気軽にお問合せください～

あさひ保育園はSDGsに取り組んでいます